POURSUIT

Cinta de correr

www.fitness-doctor.es
Encuentre toda nuestra gama de productos en la página web www.fitnessboutique.es

⚠ IMPORTANTE
LEA ATENTAMENTE ESTE MANUAL ANTES DE ENSAMBLAR Y UTILIZAR LA BICICLETA.

Gracias

Gracias por haber adquirido este producto. Este producto le ayudará a ejercitar sus músculos de la forma adecuada y a mejorar su salud; todo esto en un ambiente familiar.

Instrucciones generales de seguridad

Se puso mucho énfasis en la seguridad en cuanto al diseño y fabricación de este aparato de ejercicio. Sin embargo, es muy importante que siga rigurosamente las instrucciones de seguridad siguientes. No podemos ser considerados responsables por accidentes debidos a la no observancia de estas.

Para garantizar su seguridad y evitar accidentes, por favor, lea minuciosa y atentamente las instrucciones de uso antes de utilizar el aparato de deporte por primera vez.

1) Consulte su médico de cabecera antes de empezar a hacer ejercicio en este aparato. Si desea ejercitarse de forma regular e intensa, es recomendable tener la autorización de su médico. Esto es particularmente cierto para los usuarios con problemas cardíacos.

2) Recomendamos que las personas minusválidas utilicen este aparato solo bajo la vigilancia de una persona capacitada.

3) Al utilizar el aparato de ejercicio, utilice ropa cómoda y, de preferencia, zapatos de deporte o de ejercicios aeróbicos. Evite usar ropa holgada, la que puede quedar atrapada en las partes móviles del aparato.

4) Deje de hacer ejercicio inmediatamente si se siente mal o si siente dolor en las articulaciones o los músculos. En particular, esté atento a la respuesta de su cuerpo ante el programa de ejercicios. Los mareos son un indicio de que se está ejercitando de forma demasiado intensa con el aparato. Con los primeros indicios de mareo, tiéndase en el suelo hasta que se sienta mejor.

5) Cuando haga ejercicio en el aparato, asegúrese de que no haya niños cerca. Además, el aparato tiene que guardarse en un sitio donde los niños ni las mascotas tengan acceso.

6) Asegúrese de que solo una persona a la vez utilice el aparato de ejercicio.

7) Después de que el aparato haya sido instalado de acuerdo con las instrucciones de uso, asegúrese de que todos los tornillos y tuercas estén ajustados y apretados correctamente. Solo utilice los accesorios recomendados y/o suministrados por el importador.

8) No utilice un aparto que esté dañado o inservible.

9) Siempre ponga el aparato en una superficie lisa, limpia y sólida. Nunca lo utilice cerca del agua y asegúrese de que no haya objetos puntiagudos cerca del aparato de él. Si es

necesario, ponga un tapete de protección (no incluido en la entrega) para proteger el suelo bajo el aparato y, por motivos de seguridad, mantenga un espacio despejado alrededor de él, al menos, de 0,5 m.

10) Cuide no poner los brazos ni las piernas cerca de las partes móviles. No ponga ningún material en las aberturas del aparato.

11) Solo utilice el aparato para los fines que se describen en estas instrucciones de uso. Utilice únicamente los accesorios recomendados por el fabricante.

12) Si el cable de alimentación está dañado, debe ser reemplazado por el fabricante, su agente autorizado o personas igualmente cualificadas, con el fin de evitar riesgos.

Para cualquier consulta técnica o si necesita piezas de recambio, por favor contactar a nuestro servicio post-venta, a la dirección siguiente :

SAV FITNESS DOCTOR
Netquattro / FitnessBoutique
ZI centr'alp
1450 rue Aristide Bergès
38430 Moirans - FRANCIA
Tél. 00 33 4 76 50 69 71
e-mail : savnetquattro@netquattro.com

Medidas de seguridad especiales

● **Fuente de alimentación:**

● Escoja un lugar cerca de una toma de corriente al poner la cinta de correr.

● Siempre conecte el aparato a una toma de corriente con un circuito conectado a tierra y sin otros aparatos enchufados en ella. Se recomienda no utilizar alargadores.

● Una conexión a tierra defectuosa puede provocar una descarga eléctrica. En caso de que no sepa si la toma de corriente está conectada de forma adecuada a tierra, pida a un electricista cualificado que lo haga. No modifique el enchufe suministrado con el aparato si no es compatible con su toma. Pida a un electricista cualificado que instale una toma adecuada.

● Las fluctuaciones repentinas de voltaje pueden dañar seriamente la cinta de correr. Los cambios del tiempo o si se encienden y apagan otros aparatos pueden provocar picos de tensión, sobrecargas o tensión interferente. Para limitar el riesgo de dañar la cinta de correr, tiene que estar equipada con un dispositivo de protección contra sobrecargas (no incluido).

● Mantenga el cable de alimentación lejos del rodillo portador. No deje el cable de alimentación bajo la cinta. No utilice la cinta de correr si ésta tiene el cable dañado o desgastado.

● Desenchufar antes de limpiar o efectuar trabajos de mantenimiento. El mantenimiento solo tiene que ser realizado por técnicos autorizados, a menos que el fabricante indique lo contrario. Al ignorar estas instrucciones, la garantía se anula automáticamente.

● Antes de cada utilización, examine la cinta de correr para asegurarse de que cada pieza sea operativa.

● No utilice la cinta de correr al aire libre, en un garaje, ni bajo ningún tipo de toldo. No exponga la cinta de correr a humedad alta o los rayos directos del sol.

● Nunca deje la cinta de correr sin supervisión.

Asegúrese de que la cinta de correr esté siempre tensa. Haga funcionar la correa antes de caminar en ella.

Ensamblaje

● Antes de empezar a montar este aparato de ejercicio, lea completamente los pasos de instalación a partir de la página 9. Asimismo, antes del montaje, le recomendamos ver el esquema de ensamblaje.

● Quite todo el material de embalaje y ponga las piezas sueltas en una superficie despejada. Esto le dará una vista de conjunto y simplificará el ensamblaje.

● Por favor, tenga en cuenta de que siempre existe el riesgo de lesión al utilizar herramientas y realizar actividades técnicas. Por favor, al montar el aparato, proceda con cuidado.

● Asegúrese de que cuenta con un entorno de trabajo sin peligro y, por ejemplo, no deje herramientas tiradas. Coloque el material de embalaje de tal forma que no represente un peligro. ¡Las bolsitas de aluminio/bolsas plásticas son riesgos potenciales de asfixia para los niños!

● Tómese su tiempo para observar los esquemas y, después, montar el aparato, según las series de ilustraciones.

● El aparato debe ser ensamblado cuidadosamente por una persona adulta. Si es necesario, pida ayuda a una persona con aptitudes técnicas.

Desembalar y ensamblar

¡ADVERTENCIA! Tenga mucho cuidado al ensamblar esta cinta de correr. El no hacerlo correctamente, puede acarrear lesiones.

NOTA: cada número de paso de las instrucciones de montaje le indica lo que deberá hacer. Lea y comprenda todas las instrucciones completamente antes de montar la cinta de correr.

DESEMBALE Y VERIFIQUE EL CONTENIDO DE LA CAJA:

● Levante y quite la caja que envuelve la Cinta de correr.

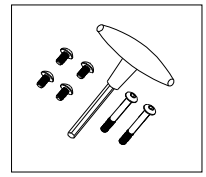
● Compruebe que los artículos siguientes se encuentran presentes. Si faltara cualquiera de las piezas, contacte con su vendedor

Estructura

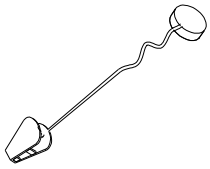
Botella de silicona

manual

Manual

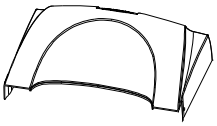


Paquete de ferretería

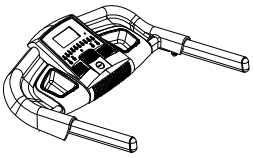


Llave de seguridad

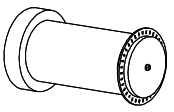
Parte principal



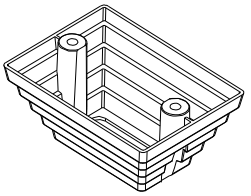
Cubierta del motor



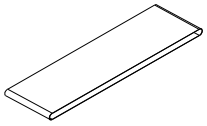
Consola



Motor



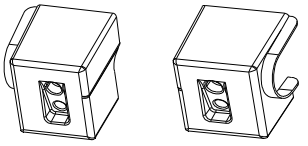
Almohadilla de los pies



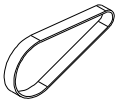
Cinta de correr

Plataforma de correr

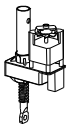
Riel lateral



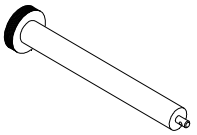
Tapa trasera (izquierda y derecha)



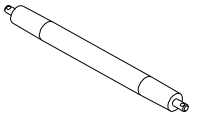
Correa del motor



Motor de inclinación

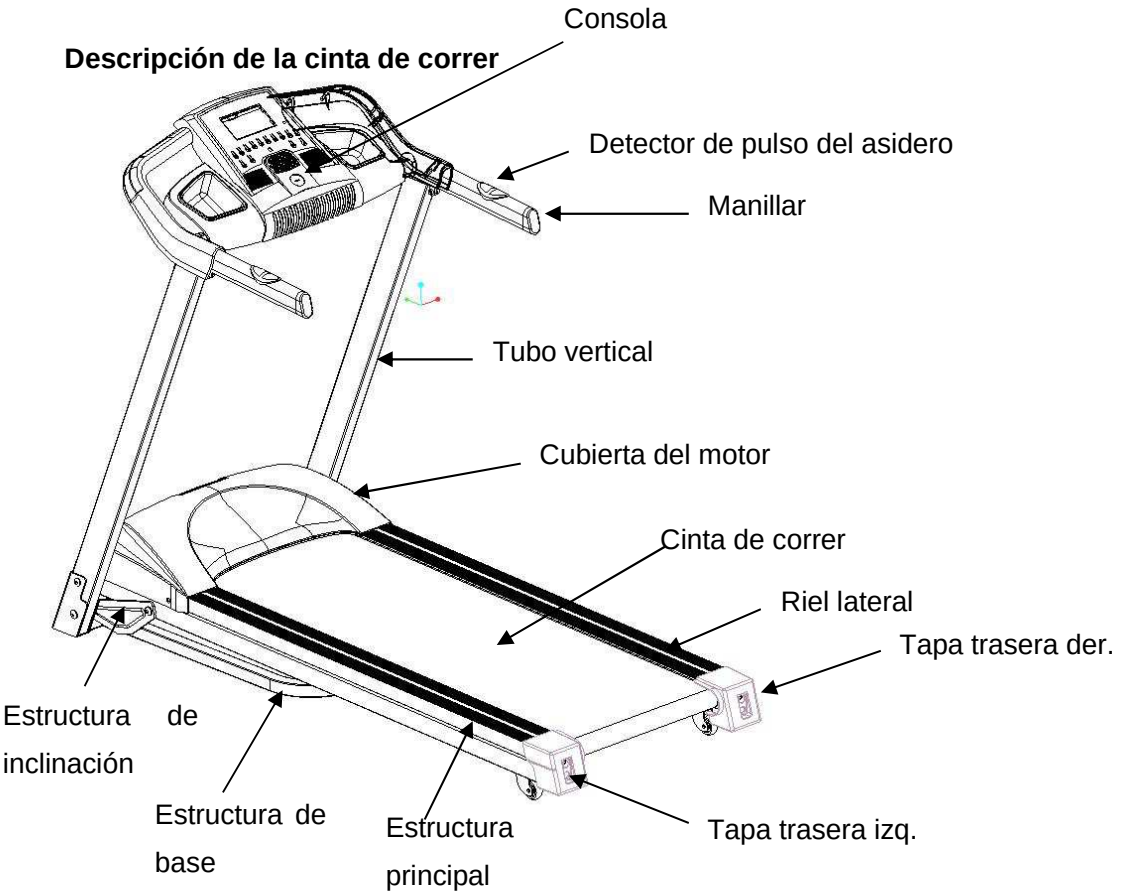


Rodillo delantero



Rodillo trasero

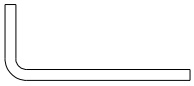
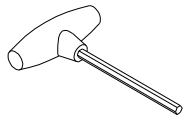
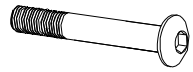
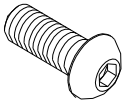
Descripción de la cinta de correr



DATOS TÉCNICOS

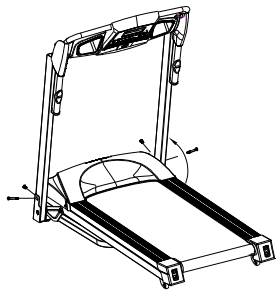
Voltaje	CA-220 V - 50 Hz
Peso máximo	115 kg
Dimensiones	1700x710x1220 mm
Cinta de correr	1350x450 mm
Velocidad	1,0－18 km/h

Paquete de ferretería

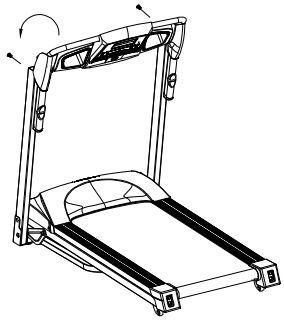
 Llave Allen en T 1 unid.	 Llave Allen en T 1 unid.	 Tornillo media rosca Allen C.K.S.(M8*55*20) 2 unids.
 Tornillo rosca entera con cabeza hueca Allen (M8*15) 4 unids.		

INSTRUCCIONES DE MONTAJE

Paso 1: Saque la máquina de la caja, póngala en el suelo plano. Con una mano sujete el manillar, levante el tubo vertical lentamente (como se ve más abajo). Ponga los tornillos M8X55 en el lado derecho e izquierdo. Ponga el tornillo M8X15 en la parte trasera. Apriete bien el tornillo.



Paso 2: Levante el ordenador lo máximo posible como se ve más abajo. Utilice el M8*15 para fijar el ordenador al tubo vertical.



Paso 3: Apriete bien todos los tornillos.

INSTALACIÓN DE SU CINTA DE CORRER

PONER EN SU CASA

Para hacer del ejercicio una actividad cotidiana agradable para usted, la cinta de correr debe ponerse en un entorno cómodo y práctico. Esta cinta de correr está pensada para ocupar un mínimo de espacio en el suelo y quedar muy bien en su hogar.

- No ponga la cinta de correr al exterior.
- No ponga la cinta de correr cerca del agua o en un ambiente muy húmedo.
- Asegúrese de que el cable de alimentación no esté en un camino de tráfico intenso.
- Si la habitación es alfombrada, verifique el espacio libre para asegurarse de que haya suficiente espacio entre las fibras de la alfombra y la plataforma de la cinta de correr. Si no está seguro, es mejor poner un tapete debajo de la cinta de correr.
- Coloque la cinta de correr al menos a 4 pies (1,2 m) de las paredes o muebles.
- Deje un área de seguridad de 2 x 1 m detrás de la cinta de correr, de modo que pueda fácilmente acceder y bajarse de ella sin quedar atrapado en caso de emergencia.

A veces, después de una utilización prolongada, encontrará un polvo negro fino debajo de la cinta de correr. Esto es el uso normal y NO significa que le pase algo malo a la cinta de correr. Este polvo puede quitarse fácilmente con un aspirador. Si desea evitar que este polvo se deposite en el piso o la alfombra, ponga un tapete bajo la cinta de correr.

UTILIZAR UN CIRCUITO DEDICADO

La salida seleccionada tiene que ser un circuito dedicado. Es particularmente importante que NINGÚN equipo eléctrico sensible, como un ordenador o televisor, comparta este circuito.

¡PRECAUCIÓN!

Asegúrese de que la plataforma de correr se encuentre nivelada respecto al suelo. Si la plataforma se coloca en una superficie irregular, esto podría causar el daño prematuro del sistema electrónico.

PRIMEROS PASOS

ENCENDER

Coloque el cable de alimentación en la salida de corriente de 10 A. Poner el interruptor en la posición "ON". La pantalla se ilumina y emite un sonido de aviso.

LLAVE DE SEGURIDAD Y CLIP

La llave de seguridad está pensada para cortar la alimentación principal hacia la cinta de correr si se cae. Por lo tanto, la llave de seguridad se ha creado para detener inmediatamente la cinta de correr. A velocidades altas, puede ser incómodo y, en cierto modo, peligroso detenerse inmediatamente de forma total. Por eso, utilice la llave de seguridad solo como parada de emergencia. Para detener completamente la cinta de correr de forma segura y cómoda, utilice el botón de parada rojo.

La cinta de correr no arrancará hasta que la llave de emergencia esté puesta de forma adecuada en la ranura de la llave en el medio de la consola. El otro extremo de la llave de seguridad tiene que estar sujeto de forma segura a su ropa, de modo que, en caso de caída, tire de la llave y ésta salga de la consola, lo que detendrá inmediatamente la cinta de correr para minimizar las lesiones. Para su seguridad, nunca utilice la cinta de correr sin la llave de seguridad fija a su ropa. Tire del clip de la llave de seguridad para asegurarse de que no se salga.

SUBIRSE Y BAJARSE DE LA CINTA DE CORRER

Sujétese con cuidado al subir o bajarse de la cinta de correr. Intente utilizar el manillar al subirse o bajarse. Cuando se prepare para utilizar la cinta de correr, no se mantenga en la cinta. Súbase a horcajadas en la cinta, poniendo los pies en los rieles de ambos lados de la plataforma de la cinta de correr. Ponga los pies en la cinta solo después de que la cinta haya empezado a moverse a una velocidad reducida constante.

Durante el ejercicio, mantenga su cuerpo y cabeza mirando hacia el frente todo el tiempo. Nunca intente darse la vuelta en la cinta de correr cuando ésta aún esté en movimiento. Cuando haya terminado de hacer ejercicio, detenga la cinta de correr, pulsando el botón de parada rojo. Espere hasta que la cinta de correr se detenga completamente antes de intentar bajarse de ella.

¡ADVERTENCIA!

Nunca utilice esta cinta de correr sin haber fijado primero el cordón de seguridad a su ropa.

¡PRECAUCIÓN!

Por su seguridad, pise la cinta cuando la velocidad no sea mayor a 3 km/h.

PLEGAR LA CINTA DE CORRER

1. Volver de la posición inclinada a la extendida (0).

2. Desenchufar de la toma antes de plegar

3. Levante la plataforma hasta que esté paralela al tubo vertical y el cilindro se bloquee en su posición

4. Precaución: verifique que el dispositivo de bloqueo del cilindro esté encajado

DESPLEGAR LA CINTA DE CORRER

1. Ponga una mano en el manillar, con la otra, empuje la parte superior de la plataforma de correr hacia adelante

2. Pulse un pie en la parte central del cilindro para desencajar el mecanismo de bloqueo

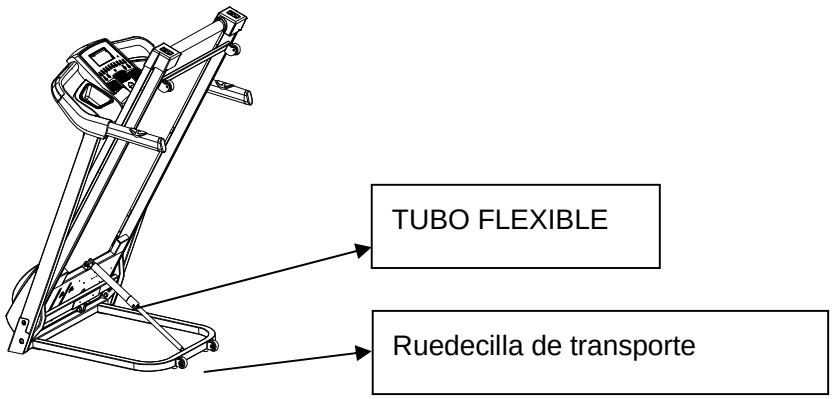
3. Deje que la plataforma empiece lentamente a bajar antes de quitar las manos

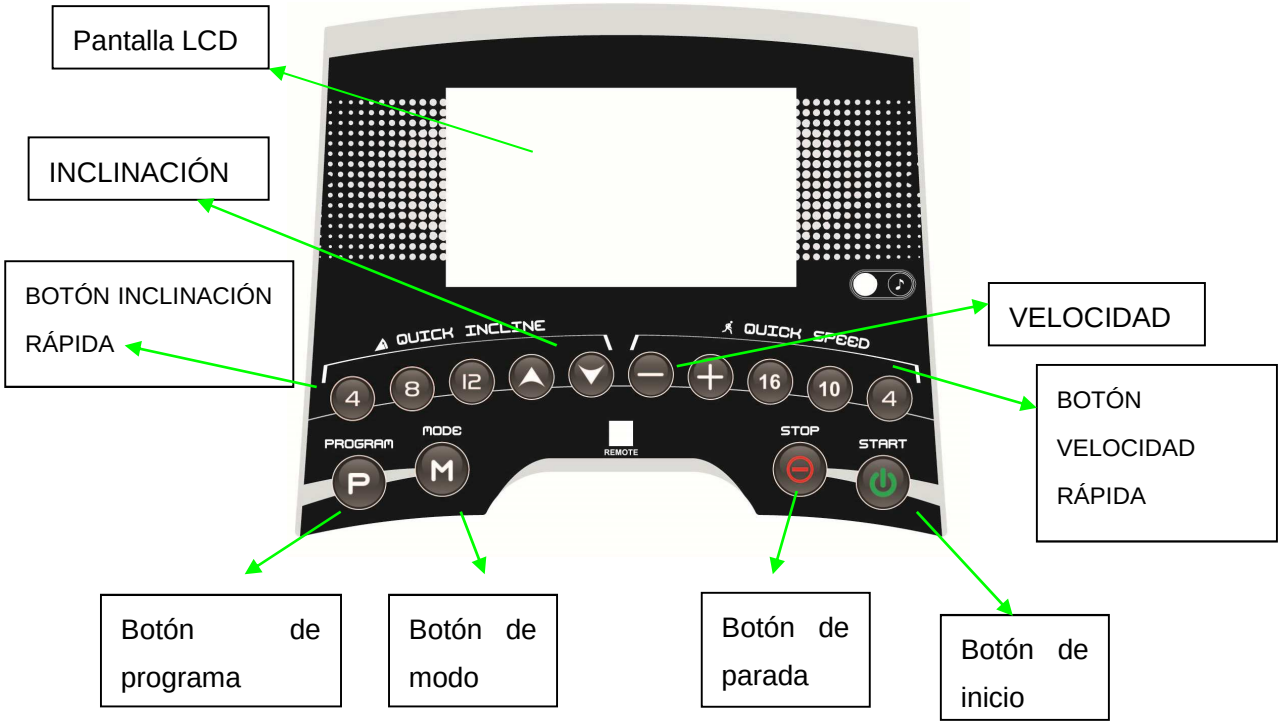
DESPLAZAR LA CINTA DE CORRER

La cinta de correr se puede cambiar de sitio en la casa de forma segura en su posición plegada, usando las ruedecillas de transporte

Sujete firmemente el manillar con ambas manos, tire la cinta de correr hacia usted, después, se puede desplazar sobre las ruedecillas, arrastrar o empujar lentamente

Descripción de los botones





(I) Instrucciones de funcionamiento del ordenador:

1.1: P0: programa de entrenamiento USUARIO; P1-P12 el programa automático preprogramado.

1.2 : Pantalla de visualización LCD y 14 botones

1.3: Rango de velocidad: 1,0 a 18,0 km/h

1.4: Rango de inclinación: 0 a 12%

1.5: Evitar el peso excesivo, sobrecarga, a prueba de explosión, anti velocidad e interferencia electromagnética.

1.6: Autoverificación y función de sonido de advertencia.

1.7: Función de mando a distancia infrarrojo.

1.8: Pantalla táctil con 6 botones

(II): Descripción pantalla LCD:

2.1 : Pantalla "SPEED" (velocidad): Cuando la cinta de correr está encendida, la pantalla de visualización de la hora muestra la cuenta atrás 5-4-3-2-1. La velocidad se ilumina, muestra el valor numérico de la velocidad y el valor F1-F5 cuando está en el programa de test de grasa corporal. O aparece el mensaje ERR cuando la cinta de correr no funciona bien.

2.2: Pantalla "TIME" (tiempo): Se visualiza el valor numérico del tiempo

2.3: Pantalla "DISTANCE" (distancia): Muestra el n.° de la versión "V1.0" cuando está encendida. Después, muestra el valor numérico de la distancia.

2.4: Pantalla "CALORIES" (calorías): Se visualiza el valor numérico de las calorías, el valor cuando está en el programa de test de grasa corporal.

2.5: Pantalla "PULSE" (pulso): Muestra el valor numérico del pulso, cuando se verifica la frecuencia cardíaca. También muestra el valor numérico de la inclinación, cuando se pulsa el botón de inclinación rápida.

2.6: Los 6 botones táctiles tienen la misma función con el teclado. .

(III)Descripción de los botones:

3.1: "PROG": botón de selección de programa: cuando la cinta de correr está detenida, seleccione cíclicamente el programa P0-P12 que prefiera.

3.2: "MODE" (modo): botón de selección del modo, cuando la cinta de correr está detenida, ajuste el Modo que prefiera. Puede seleccionar la cuenta atrás del tiempo →la cuenta atrás de la distancia →la cuenta atrás de las calorías → El modo Normal. Volver al ajuste por defecto (30 minutos) cuando esté en P1-P12.

3.3: Botón "START" (inicio): cuando la cinta de correr está detenida, pulsar el botón "START" para poner en funcionamiento la cinta de correr. Pulse el botón "START" cuando corra para poner pausa.

3.4: Botón "STOP" (parada): cuando la cinta de correr está en funcionamiento, ésta se detiene al pulsar el botón "STOP". Cuando la pantalla LCD muestra el mensaje ERR, pulse el botón "STOP" para borrar dicho mensaje. Cuando la cinta de correr está detenida, pulsar el botón "STOP" para volver al estado de visualización por defecto.

3.5: Botón "+": aumenta la velocidad al correr. Al hacer el test de grasa corporal, aumenta el parámetro.

3.6: BOTÓN "-": disminuye la velocidad al correr. Al hacer el test de grasa corporal, disminuye el parámetro.

3.7: Botón de "VELOCIDAD RÁPIDA": cuando la cinta de correr está en funcionamiento, seleccione el botón de velocidad rápida 3,6,9 que desee, pulsando dicho botón.

3.8: BOTÓN " ▼": Se disminuye la pendiente cuando se pulsa este botón.

3.9: BOTÓN " ▲": Se aumenta la pendiente cuando se pulsa este botón.

4.0: Botón de "INCLINACIÓN RÁPIDA": Se aumenta la pendiente directamente al pulsar el botón de inclinación rápida (3,6,9).

(VI):Función de la llave de seguridad:

En cualquier estado, saque los seguros, la pantalla muestra "E7" y se escucha un pitido. Después, ponga correctamente los seguros, se muestra todo iluminado durante 2 segundos, después, vaya al modo de inicio manual (el equivalente de reiniciar).

(V)Descripción del inicio:

5.1: Coloque el cable de alimentación en la salida de corriente de 10 A. Ponga el interruptor en la posición "ON". La pantalla se ilumina y emite un sonido de aviso.

5.2: Ponga la llave de seguridad en la posición correcta, después, encienda, la luz de la pantalla LCD se ilumina y se escucha un sonido, la cinta de correr entra en el Modo normal P0.

5.3: Pulse el botón "PROG" para seleccionar cíclicamente el programa P0-P12.

a) Programa del usuario "P0". Pulse "MODE" para seleccionar cíclicamente el modo de entrenamiento cuatro. El usuario puede seleccionar la velocidad y la pendiente. La velocidad por defecto es 1,0 km/h. La inclinación por defecto es 0%.

Modo de entrenamiento 1: Contar. Tiempo, velocidad, distancia y calorías. Se cierra la función de selección.

Modo de entrenamiento 2: Cuenta atrás del tiempo. En la función de selección, la pantalla del tiempo parpadea, pulse "+" "-" para seleccionar. El rango es de 5 a 99 minutos. El valor por defecto es 30:00.

Modo de entrenamiento 3: Cuenta atrás de la Velocidad. En la función de selección, la pantalla de la velocidad parpadea, pulse "+" "-" para seleccionar. El rango es de 1,0 a 99,0 km. El valor por defecto es 1,0 km.

Modo de entrenamiento 4: Cuenta atrás de las calorías. En la función de selección, la pantalla de las calorías parpadea, pulse "+" "-" para seleccionar. El rango es de 20 a 990 CAL. El valor por defecto es 50 CAL.

b) Programa Preprogramado "P1-P12". Solo para la cuenta atrás del tiempo. En la función de selección, la pantalla del tiempo parpadea, pulse "+" "-" para seleccionar. El rango es de 5 a 99 minutos. El valor por defecto es 30:00. Pulse "MODE" para volver al valor por Defecto.

5.4: Pulse el botón "start" (inicio), la pantalla de velocidad mostrará 3→2→1 con 3 pitidos, después, la cinta de correr empezará a funcionar.

a) Al correr, pulse +, - y el botón de velocidad rápida para ajustar la velocidad que desee.

b) Para P1-P12, la Velocidad y la Pendiente se dividen en 10 segmentos. Cada uno de ellos dura el mismo tiempo. Después de seleccionar, la Velocidad y la Pendiente se utilizarán en el segmento actual. Al acceder al segmento siguiente, se escucharán 3

pitidos por adelantado. Al finalizar los diez segmentos, el motor se detendrá con un sonido de aviso prolongado.

c) Pulse el botón "START" cuando corra para poner pausa. Vuelva a pulsar el botón "START", para reanudar, los datos registrados se conservarán.

5.5: Pulse el botón "STOP" al correr, la cinta de correr funcionará lentamente hasta detenerse. Todo volverá al estado por defecto.

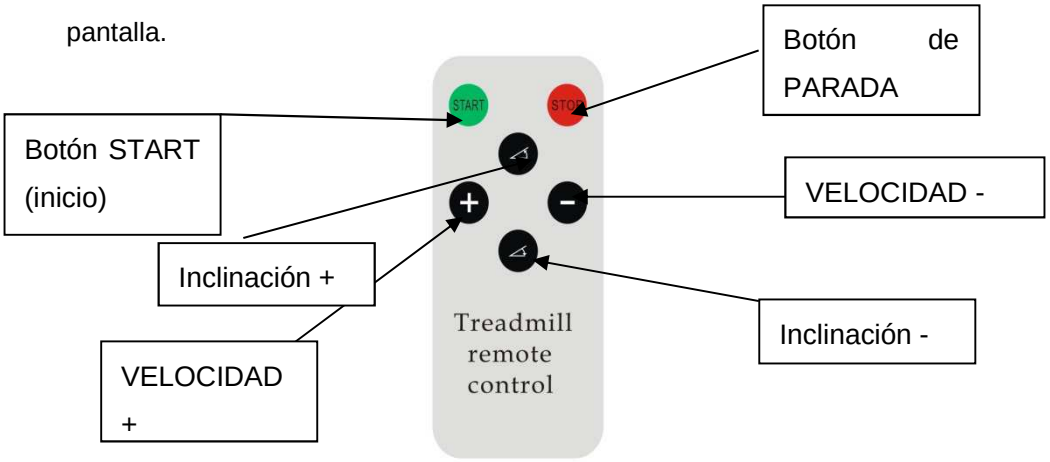
5.6: Pulse el botón " " o "INCLINACIÓN RÁPIDA" para determinar la pendiente que desee.

5.7: En cualquier estado, saque los seguros, la pantalla muestra "E7" y se escucha un pitido. La cinta de correr se detiene.

5.8: Siempre verificar el controlador. La Cinta de correr se detendrá en caso de que ocurra una situación anormal. La pantalla mostrará el mensaje ERR y emitirá un sonido.

5.9: Cuando en la pantalla se visualice el mensaje ERR, pulse el botón "stop", de este modo, el mensaje se borrará.

5.10: Función de mando a distancia. Cinta de correr con función de mando a distancia infrarrojo. La distancia máxima es de 4 metros. Es mejor una señal desde adelante. Cuando la cinta de correr esté detenida, pulse el botón de apagado; se apaga la luz de fondo de la pantalla.



V. FUNCIÓN GRASA CORPORAL

Cuando la cinta de correr esté detenida, pulse el botón "PROG" para seleccionar "FAT" y entre en la función de grasa corporal. La pantalla "SPEED" (velocidad), a la izquierda, muestra el parámetro determinado, pulse el botón "MODE" (modo) para escoger el número de serie de la sección. La pantalla "DISTANCE" (distancia), a la derecha,

muestra la sección seleccionada, pulse el botón "+", "-" para determinar la información.

A) F1, significa Sexo, 1 (hombre), 2 (mujer). El parámetro por defecto es Hombre.

B) F2, significa Edad, el rango es de 10 a 100; por defecto es 25.

C) F3, significa Estatura, el rango es de 100 a 199 cm; por defecto es 170 cm.

D) F4, significa Peso, el rango es de 20 a 150 kg; por defecto es 70 kg.

E) F5, significa IMC, muestra que ha terminado de ajustar la sección y entra en la función grasa corporal; con ambas manos apriete contra las almohadillas de pulso, espere 8 segundos y la pantalla de la sección le mostrará su IMC. Tome como ejemplo a las personas asiáticas, el IMC bajo 18 es demasiado delgado; entre 18 y 23 es normal; entre 23 y 28 es gordo y sobre 29 es demasiado gordo.

VI. La función HRC (Control frecuencia cardíaca) (optativa)

6.1 Pulse el botón "PROG" y escoja la función HRC, cuando la cinta de correr no esté en funcionamiento, la pantalla "CAL" mostrará: "HRC"

6.2 La pantalla "DIS" mostrará "25" años normalmente parpadeante, pulse el botón "VELOCIDAD +/-" para ajustar la edad del usuario, entre 13 y 80.

6.3 Pulse el botón "MODE", la pantalla "DIS" mostrará el número de la frecuencia cardíaca ideal, se calcula a través de un sistema basado en la edad que introdujo.

6.4 Vuelva a pulsar el botón "MODE", la pantalla "TIME" mostrará "30:00" minutos parpadeando, pulse el botón "VELOCIDAD +/-" para determinar el tiempo, entre 5 y 99 minutos.

6.5 Pulse el botón "START", la cinta de correr empieza a funcionar, la pantalla "TIME" muestra la cuenta atrás. Pulse el botón "STOP" o cuando la cuenta atrás llegue a 0 la cinta de correr dejará de funcionar automáticamente.

6.6 El usuario debe utilizar un sistema inalámbrico de detección de la frecuencia cardíaca para hacer ejercicio con la función HRC. Solo cuando no haya señal de frecuencia cardíaca inalámbrica, la cinta de correr detectará la señal del pulso del asidero. Si no se detecta ninguna señal de frecuencia cardíaca, la cinta de correr seguirá funcionando a la velocidad actual, hasta que detecte la señal de frecuencia cardíaca.

6.7 Después de que la cinta de correr empieza a funcionar, la velocidad original es de 3 km/h, la inclinación es de 0%, en 10 segundos, la cinta de correr no controlará la frecuencia cardíaca, pero usted aún puede controlar la velocidad y la inclinación con los botones.

6.8 Después de funcionar durante 10 segundos, si no se detecta ninguna frecuencia cardíaca, la función HRC detectará la frecuencia cardíaca del usuario según el diagrama de flujo más abajo. La cinta de correr controlará la velocidad y pendiente automáticamente para mantener la frecuencia cardíaca dentro de cierto rango.

Cuadro de velocidad del programa

		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
P1	VELOCIDAD	1,0	2,0	3,0	4,0	5,0	5,0	4,0	3,0	2,0	1,0
	INCLINACIÓN	0	1	1	2	2	2	2	1	1	0
P2	VELOCIDAD	1,0	3,0	6,0	3,0	6,0	6,0	3,0.	6,0	3,0	1,0
	INCLINACIÓN	0	1	1	2	2	3	3	2	1	0
P3	VELOCIDAD	1,0	4,0	6,0	8,0	6,0	5,0	4,0	3,0	2,0	1,0
	INCLINACIÓN	0	2	2	3	3	2	2	3	3	0
P4	VELOCIDAD	1,0	3,0	6,0	3,0	2,0	3,0	6,0	3,0	2,0	1,0
	INCLINACIÓN	0	1	2	3	4	5	4	3	2	0
P5	VELOCIDAD	1,0	3,0	6,0	8,0	8,0	8,0	8,0	6,0	3,0	1,0
	INCLINACIÓN	0	2	4	6	8	9	8	6	4	0
P6	VELOCIDAD	4,0	6,0	3,0	6,0	5,0	9,0	9,0	7.0	6,0	2,0
	INCLINACIÓN	0	4	6	8	4	6	8	6	4	0
P7	VELOCIDAD	2,0	4,0	6,0	8,0	9,0	9,0	8,0	6,0	4,0	2,0
	INCLINACIÓN	0	6	7	8	6	5	4	3	2	0
P8	VELOCIDAD	2,0	5,0	8,0	8,0	8,0	8,0	8,0	8,0	5,0	2,0
	INCLINACIÓN	0	6	3	4	5	5	4	1	6	0
P9	VELOCIDAD	2,0	5,0	6,0	5,0	7.0	9,0	9,0	7.0	5,0	3,0
	INCLINACIÓN	6	5	4	3	2	2	1	0	0	0
P10	VELOCIDAD	3,0	7.0	9,0	5,0	9,0	9,0	9,0	7.0	5,0	3,0
	INCLINACIÓN	6	5	2	7	3	8	2	5	2	0
P11	VELOCIDAD	2,0	6,0	9,0	4,0	9,0	4,0	9,0	9,0	6,0	2,0
	INCLINACIÓN	0	3	6	9	10	9	8	6	4	0
P12	VELOCIDAD	3,0	6,0	9,0	9,0	9,0	9,0	3,0	9,0	6,0	3,0
	INCLINACIÓN	8	9	10	11	12	8	6	6	4	0

Resolución de problemas

Problema	Causa posible	Medida correctiva
La cinta de correr no funciona	a. no conectar a la alimentación	Enchufarla a la toma de corriente
	b. el interruptor de seguridad no está colocado	Coloque el interruptor de seguridad en el monitor
	c. corte del sistema de la señal	Verificar el Panel de mandos y el cable de señal
	d. la cinta de correr no está encendida	Encenderla
La cinta no funciona correctamente	a. la cinta de correr no está bien lubricada	Ajustar la cinta con silicona
	b. cinta demasiado tensa	Ajustar la cinta
La cinta se resbala	a. la cinta está demasiado floja	Ajustar la cinta
	b. Correa del motor está demasiado floja	Ajustar la correa del motor

MENSAJE DE ERROR Y SOLUCIÓN:

Problema	Causa	Cómo resolver el problema
La cinta de correr no funciona	A: No se conectó la alimentación	Conectar al suministro de energía eléctrica
	B: La llave de seguridad no se colocó correctamente	Ponga la llave de seguridad en la posición adecuada
	C: el transformador no se reparó bien o está defectuoso.	Repare bien el transformador o cámbielo
	D: circuito electrónico interrumpido	Verifique el cable de conexión y la terminar de éste y conéctelo bien.
La cinta de correr se detiene repentiname	A: la llave de seguridad se salió	Ponga bien la llave de seguridad
	B: problema del sistema electrónico	Consulte el servicio posventa

Llave defectuosa	La llave está dañada	Cambie la llave
	La llave no funciona	Cambie el tablero de la llave y el cable. Cambie el circuito impreso. Cambie el ordenador
E1	A: Conecte el cable flojo o defectuoso	Conecte bien el cable o cámbielo
	B: ordenador defectuoso	Cambie el ordenador
	C: Transformador defectuoso	Cambie el transformador
	D: Controlador defectuoso	Cambie el controlador
E2	A: El cable de conexión del motor o motor defectuoso	Cambie el cable del motor o cambie este último
	B: El cable de conexión entre el motor y el controlador está flojo o el controlador está defectuoso	Conecte bien el cable o cambie el controlador
E3	A: el sensor de velocidad no está bien colocado	Ponga correctamente el sensor de velocidad
	B: el sensor de velocidad defectuoso	Cambie el sensor de velocidad
	C: El cable de conexión entre el sensor de velocidad y el controlador no se conectó bien	Conecte correctamente el cable,
	D: controlador defectuoso	Cambie el controlador
E5	A: Controlador defectuoso	Cambie el controlador
	B: Motor defectuoso	Cambie el motor
E7	C: El ordenador no puede analizar la señal de la llave de seguridad	Verifique la llave de seguridad y póngala bien.

No se capta el pulso	A: el cable para el pulso del asidero no se conectó bien o está defectuoso	Conecte bien el cable o cámbielo
	B: El circuito de la consola está defectuoso	Cambie la consola
No se visualiza bien en la	A: El tornillo del circuito impreso está suelto	Apriete bien el tornillo
	B: Consola defectuosa	Cambie la consola

MANTENIMIENTO DE LA CINTA DE CORRER

El mantenimiento adecuado es muy importante para garantizar condiciones perfectas y operativas de la cinta de correr. Un mantenimiento inadecuado puede provocar daños en la cinta de correr o una vida útil más corta del producto.

Todas las piezas de la cinta de correr deben verificarse y apretarse con regularidad. Las piezas gastadas deben cambiarse inmediatamente.

AJUSTE DE LA CINTA

Puede que necesita ajustar la cinta de correr durante las primeras semanas de utilización. Todas las cintas de correr se ajustan correctamente en la fábrica. Después de su utilización, puede quedar tensa o descentrada. La tensión es normal durante el período de rodaje.

AJUSTAR LA TENSIÓN DE LA CINTA:

Si siente como si la cinta estuviera resbalándose o vacilando cuando pone el pie en ella al correr, se tiene que aumentar la tensión de la cinta de correr.

PARA AUMENTAR LA TENSIÓN DE LA CINTA:

1. Ponga la llave de 8 mm en el tornillo de tensión izquierdo de la cinta. Dé 1/4 de giro a la llave en el sentido de las manecillas del reloj para atraer el rodillo trasero y aumentar la tensión.

2. Repita el PASDO 1 para tensar el tornillo derecho de la cinta. Debe estar seguro de girar ambos tornillos el mismo número de veces, de modo que el rodillo trasero se mantenga al mismo nivel respecto a la estructura.

3. Repita el PASO 1 y el PASO 2 hasta que se elimine el deslizamiento.

4. Cuide de no tensar demasiado la cinta de correr, ya que puede producir demasiada presión en los cojinetes de los rodillos delantero y trasero. Una cinta demasiado tensa

puede dañar los cojinetes de los rodillos, lo que podría producir ruido proveniente de los rodillos delantero y trasero.

PARA DISMINUIR LA TENSIÓN DE LA CINTA, GIRE AMBOS TORNILLOS EN EL SENTIDO CONTRARIO A LAS MANECILLAS DE RELOJ EL MISMO NÚMERO DE VECES.

CENTRAR LA CINTA

Al correr, puede empujar más fuerte con un pie que con el otro. La intensidad de la desviación depende de la cantidad de fuerza que un pie ejerce en relación con el otro. Esta desviación puede provocar que la cinta se descentre. Esta desviación es normal y la cinta se centrará cuando nadie se encuentre sobre ella. Si la cinta de correr se mantiene sistemáticamente descentrada, necesitará centrarla manualmente.

Arranque la cinta de correr sin nadie sobre ella, pulse el botón FAST (rápido) hasta que la velocidad alcance los 6 km/h.

1. Observe si la cinta se encuentra hacia el lado derecho o izquierdo de la plataforma.

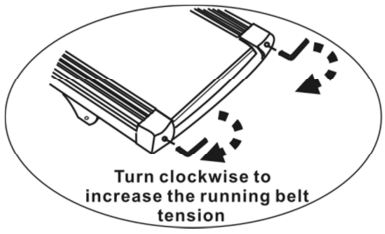
● Si está hacia el lado izquierdo de la plataforma, con ayuda de la llave, gire en 1/4 el tornillo de ajuste izquierdo en el sentido de las manecillas del reloj y gire en 1/4 el tornillo de ajuste izquierdo en el sentido contrario.

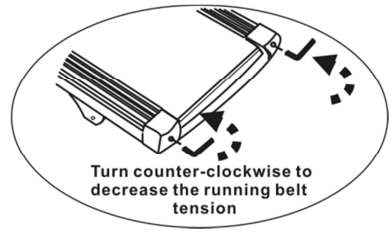
● Si está hacia el lado derecho de la plataforma, gire en 1/4 el tornillo de ajuste derecho en el sentido de las manecillas del reloj y gire en 1/4 el tornillo de ajuste izquierdo en el sentido contrario.

● Si la cinta no está centrada, vuelva a repetir el paso anterior hasta lograrlo.

2. Después de centrar la cinta, aumente la velocidad a 13 km/h y verifique que funciona suavemente. Si es necesario, vuelva a repetir los pasos anteriores.

Si el procedimiento anterior no logró centrar la cinta, tal vez necesite aumentar la tensión de esta.





LUBRICACIÓN

La cinta de correr se lubrica en la fábrica. Sin embargo, se recomienda verificar la

lubricación de la cinta de correr de forma regular, para asegurarse de su funcionamiento óptimo. Generalmente, no es necesario lubricar la cinta de correr durante el primer año o las primeras 500 horas de funcionamiento.

Después de 3 meses de funcionamiento, levante los lados de la cinta de correr y toque la superficie de la cinta hasta donde sea posible. Si encuentra restos de aerosol de silicona, no es necesario lubricar.

En caso de que la superficie esté seca, remítase a las instrucciones siguientes.

Solo utilice aerosol de silicona sin aceite.

Aplicación de lubricante en la cinta:

● Ponga la cinta de modo que la juntura se sitúe en el centro de la plataforma.

● Introduzca la válvula del aerosol en la punta de pulverización de la botella de lubricante.

● Levante la cinta por un lado y sostenga la válvula del aerosol a una distancia de la parte delantera de la cinta de correr y la plataforma. Empiece en la parte delantera de la cinta. Dirija la válvula del aerosol hacia la parte trasera. Repita este procedimiento en el otro lado de la cinta. Vaporice cada lado durante alrededor de 4 segundos.

● Espere 1 minuto para dejar que la silicona se esparza antes de arrancar el aparato.

LIMPIEZA:

La limpieza frecuente de la cinta de correr asegura una vida útil prolongada.

● Advertencia: la cinta de correr debe apagarse para evitar descargas eléctricas. Antes de empezar la limpieza o el mantenimiento, el cable de alimentación debe desconectarse de la toma.

● **Después de cada sesión de ejercicio:** Limpie la consola y las otras superficies con un trapo suave, limpio y húmedo para quitar los restos de transpiración.

¡Precaución: No utilice productos abrasivos o disolventes. Para evitar dañar el ordenador, manténgalo alejado de los líquidos. No exponga el ordenador a la luz directa del sol.

● **Semanalmente:** Para que la limpieza sea más fácil, se recomienda utilizar un tapete para la cinta de correr. Los zapatos pueden dejar suciedad en la cinta que puede caer debajo del aparato. Limpie el tapete bajo la cinta de correr una vez por semana.

ALMACENAMIENTO:

Guarde la cinta de correr en un ambiente limpio y seco. Asegúrese de que el interruptor principal esté apagado y desenchufado de la salida eléctrica de la pared.

Notas importantes

● El aparato corresponde a las normas de seguridad actuales. El aparato solo es apto para una utilización doméstica. No se admite ninguna otra utilización, ya que puede ser peligrosa. No podemos ser considerados responsables por daños que resulten de la utilización incorrecta.

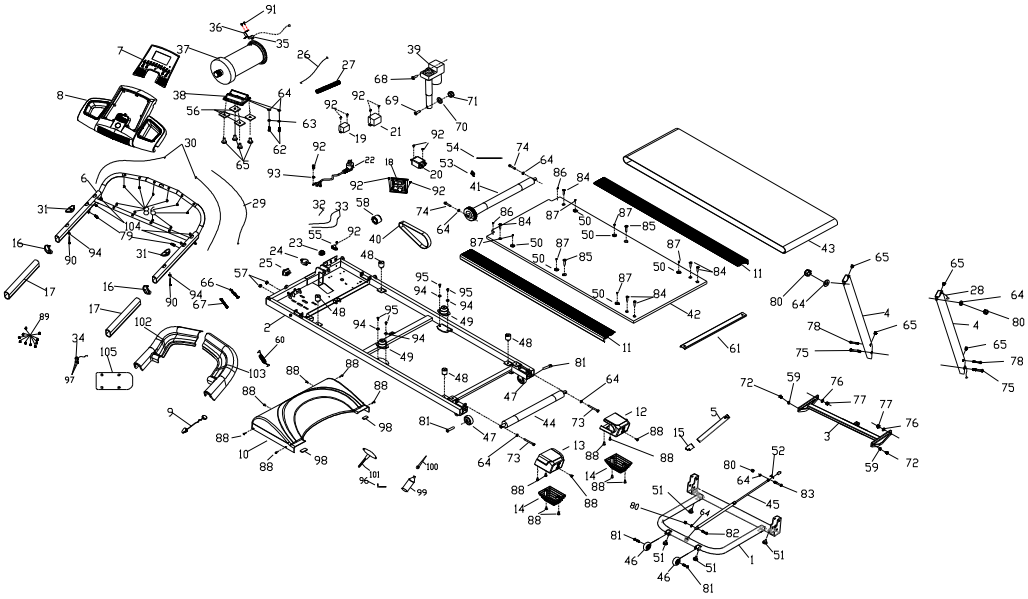
● Por favor, consulte su médico de cabecera antes de empezar la sesión de ejercicio para poner en claro si está en condiciones de salud adecuadas para ejercitarse con este aparato. El diagnóstico del médico tiene que ser la base de la estructura de su programa de ejercicio. El entrenamiento incorrecto o excesivo
puede ser perjudicial para su salud.

● Lea cuidadosamente los consejos generales de salud y las instrucciones de ejercicio. Si siente dolor, falta de aire, se siente mal o tiene otras dolencias físicas, deje de hacer ejercicio inmediatamente. Consulte su médico inmediatamente si el dolor es prolongado.

● Este aparato de ejercicio no es apto para la utilización profesional o médica, ni puede utilizarse con fines terapéuticos.

● El sensor de pulso no es un dispositivo médico. Está destinado solo para propósitos informativos y está diseñado a dar una frecuencia media del pulso. No está pensado para dar un consejo médico, ni medir de forma exacta el pulso, debido a distintos factores medioambientales y humanos.

DESPIECE DETALLADO



ART.	NOMBRE	CANTIDAD
1	Estructura de base	1
2	Estructura de la plataforma	1
3	Estructura de inclinación	1
4	Estructura vertical	2
5	Tubo de verificación	1
6	Estructura del ordenador	1
7	Cubierta pantalla LCD (con circuito impreso del monitor)	1
8	Caja del ordenador	1
9	Clip de la llave de seguridad	1
10	Cubierta del motor	1
11	Riel lateral	2
12	Cubierta trasera (izquierda)	1
13	Cubierta trasera (derecha)	1
14	Almohadilla de los pies	2
15	Cojinete redondoΦ33×Φ23×48	1
16	Cojinete redondo	2
17	Gomaespuma	2
18	Controlador	1
19	Transformador	1
20	Filtro	1
21	Calce	1
22	Cable de alimentación	1
23	Guía de cables SR-5R1	1
24	Interruptor de autorretorno	1
25	Interruptor	1
26	Cable L-800	1
27	Protector de cable	1
28	Cable L-1100	1
29	Cable L-850	1
30	Cable del pulso del asidero L-1050	2
31	Detector de pulso del asidero	2
32	Cable de alimentación L-100	1
33	Cable de alimentación L-500 (rojo/negro)	2

34	Llave de seguridad	1
35	Sensor de velocidad	1
36	Soporte del sensor de velocidad	1
37	Motor	2
38	Estructura de la base del motor	1
39	Motor de inclinación	
40	Correa del motor	1
41	Rodillo delantero	1
42	Plataforma de correr	1
43	Cinta de correr	1
44	Rodillo trasero	1
45	Cilindro	1
46	Rueda φ46	2
47	Ruedas Φ62×Φ8,0×t22	2
48	Amortiguador Φ30*30*M6*5	4
49	Amortiguador 66*44*35*M8	2
50	Guía del riel lateral	6
51	Almohadilla de los pies φ28×φ23×t11×M8×20	4
52	Chapa de muelle	2
53	Soporte de cable	1
54	Clip del cable	1
55	Clip del cable (3/8)	1
56	Amortiguador del soporte del motor	4
57	Tapón	2
58	Arandela plana Φ29XΦ17Xt7.5	1
59	Casquillo pulvimetalúrgico Φ17×Φ10×7	2
60	cableado PM3 (opcional)	1
61	Tablero de soporte de la plataforma de correr	1
62	Tornillo hexagonal con hueco M8*15	2
63	Arandela de muelle Φ8	2
64	Arandela plana rΦ8	10
65	Tornillo hexagonal con hueco M8*15	8
66	Tornillo de la resistencia del motor M8×65	1
67	Tornillo hexagonal M8*75	1

68	Tornillo hexagonal con hueco M10×45×20	1
69	Tornillo hexagonal con hueco M10×65×20	1
70	Arandela plana Φ10	1
71	Tornillo hexagonal M10	1
72	Tornillo hexagonal con hueco M10*25	2
73	Tornillo hexagonal M8*75	2
74	Tornillo hexagonal M8*65	2
75	Tornillo hexagonal con hueco M12*80*20	2
76	Arandela plana Φ12	2
77	Tornillo hexagonal M12	2
78	Tornillo hexagonal con hueco M8*50*20	2
79	Tornillo hexagonal M8*25	2
80	Tornillo hexagonal M8	4
81	Tornillo hexagonal con hueco M8*35*20	4
82	Tornillo hexagonal con hueco M8*30*20	2
83	Tornillo hexagonal con hueco M8*50*20	1
84	Tornillo de cruz M6*30	6
85	Tornillo de cruz M8*25	2
86	Tornillo de cruz ST4*16	16
87	Tornillo de cruz ST4*15	6
88	Tornillo de cruz M5×10	16
89	Tornillo de cruz ST4×10	10
90	Tornillo de cruz ST4×60	2
91	Tornillo de cruz ST3×10	2
92	Tornillo de cruz M4×10	10
93	Arandela Φ5	1
94	Arandela plana Φ6	6
95	Tornillo hexagonal con hueco M6*10	4
96	llave Allen en L	1
97	Tornillo de cruz PWA2.6×6×6	3
98	Cinta de goma EVA t2.0×20×80	2
99	Aceite de silicona	1
100	Tapa de la botella de silicona	1
101	Llave en T	1

102	Cubierta del manillar (izquierda)	1
103	Cubierta del manillar (derecha)	1
104	Tornillo de cruz ST4*35	4
105	Cubierta trasera del ordenador	1